



HERRAMIENTA 1.
FICHA PEDAGÓGICA



HERRAMIENTA 1

FICHA PEDAGÓGICA

CARA A ¿CÓMO PLANEAR LA CAPACITACIÓN?

Con la capacitación facilitamos mecanismos y sensibilizamos al grupo de apoyo sobre lineamientos específicos de promoción de hábitos y estilos de vida saludable. Buscamos generar actitudes y habilidades, para que, en su condición de líderes, dinamicen cambios de conducta y les sea posible proponer acciones que se mantengan en el tiempo e incluso las formalicen dentro de sus lineamientos institucionales.

Además, planeamos cada momento de la capacitación considerando unos tópicos importantes.

A continuación encontramos un ejemplo de ficha para la planeación de cada intervención:

Tabla. Ejemplo de la ficha para la planeación de cada intervención.

¿Cómo planear la capacitación?



Nombre de la intervención

Hace referencia al nombre que le daremos a cada una de las intervenciones de la capacitación. Sugerimos un tiempo de cuatro horas para desarrollarla. Los contenidos se deben distribuir dando prioridad a los temas relacionados con la actividad física.



Objetivo específico

Mencionamos el propósito a alcanzar en la intervención mediante verbos en infinitivo.

Ejemplo:

Informar acerca de los dominios de la actividad física.



Metodología para el desarrollo de la capacitación.

Describimos las actividades a desarrollar teniendo como referencia los siguientes pasos:

- **Introducción al tema:** ofrecemos un primer acercamiento al objetivo central de la capacitación para motivar un mayor interés en este.
- **Conocimientos previos sobre HEVS:** el líder HEVS indagará con las personas que conforman el grupo de apoyo aquello que saben sobre los temas que se abordarán durante el proceso de capacitación.
- **Desarrollo del objetivo de la capacitación:** el líder HEVS aborda los contenidos diseñados sobre hábitos y estilos de vida saludable.
- **Aplicación de conocimiento:** se definen las actividades para que los integrantes del grupo de apoyo afiancen y apropien los contenidos.



Duración de la capacitación

La duración sugerida para el proceso de capacitación al grupo de apoyo es de **4 horas mínimo, las cuales se pueden desarrollar en varias sesiones.** Esta intensidad permite que garanticemos una mínima apropiación de conocimientos.

Ejemplo:

Para este tema la capacitación tendrá una duración de 1 hora.



Evaluación

En este espacio describimos una actividad que nos ayude a evidenciar el impacto generado de la intervención, con la que podamos identificar el cumplimiento del objetivo. Es un espacio de reflexión sobre el tema propuesto en la capacitación.

Ejemplo:

El grupo de apoyo reconoce la oportunidad de realizar actividad física en los dominios de tiempo libre, transporte, hogar y laboral.



Materiales

Definimos los materiales de apoyo que necesitamos para desarrollar la capacitación.

Ejemplo:

Vídeo beam, computador, papelógrafo, marcadores, entre otros.

Fuente. Ministerio del Deporte - GIT Actividad Física.

CARA B ¿CÓMO PLANEAR LAS ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN, EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN -- IEC?

Sensibilizamos, educamos, motivamos e informamos acerca de un tema determinado, a través de diversos canales de comunicación (tecnológicos, enfoques comunicacionales y procesos de socialización) para reforzar un conjunto de comportamientos en la población objeto e incidiendo eficazmente en la toma de decisiones relacionadas con el bienestar y la calidad de vida.

Con el fin de que la estrategia tenga un inicio y fin claro y coherente, presentamos a continuación la propuesta de ficha para la planeación de una estrategia IEC:

Tabla. Propuesta de ficha para la planeación de una estrategia IEC.

¿Cómo planear las estrategias de IEC?

Introducción



Tópicos a tener en cuenta para la elaboración de la estrategia IEC

- **Conceptual:** entregar conocimientos concretos y claros de HEVS.
- **Actitudinal:** generar actitudes que tiendan a fomentar conductas saludables.
- **Procedimental:** desarrollar la estrategia con acciones donde incentivemos prácticas saludables en la población.



Características del mensaje

Para lograr un mayor impacto de la estrategia IEC, recomendamos:

- Evitemos hablar de lo que no se debe hacer. Política de la “No restricción”.
- Demos mensajes positivos que informen cómo y qué hacer para lograr el cambio.
- Innovemos en los contenidos.
- Realicemos seguimiento y monitoreo de la información.
- Utilicemos un lenguaje claro y conciso.
- Velemos por que el mensaje sea culturalmente aceptable.

Desarrollo



Descripción general de la estrategia

En este espacio mencionamos de manera general la estrategia que vamos a desarrollar.

Ejemplo de una estrategia IEC en el ámbito educativo: Durante el recreo de 20 minutos haremos una presentación con títeres para informar a niños y niñas sobre recomendaciones de la actividad física.



Público objetivo

Ubicamos en esta casilla la población a la cual dirigiremos la estrategia IEC.

Ejemplo de una estrategia IEC ámbito educativo: Niños y niñas de la institución donde se realiza la asesoría.



Objetivo de la estrategia

Describimos cuál es el propósito para el desarrollo de la estrategia.

Ejemplo de una estrategia IEC ámbito educativo:

Dar a conocer las recomendaciones de actividad física de acuerdo al curso de vida según directrices de la OMS.



Construcción de la estrategia

Mencionamos el proceso de elaboración del material de apoyo (piezas audiovisuales, material interactivo, cuentos, mensajes por redes, entre otros.).

Ejemplo de una estrategia IEC ámbito educativo:

Elaborar los títeres con material reciclable, construir el libreto y definición de cómo llevar a cabo la puesta en escena.



Canales de difusión

Describimos los medios a través de los cuales se transmitirá el contenido.

Recomendamos desarrollar material de divulgación. Lo podemos hacer en diferentes formatos: texto, visual, auditivo o audiovisual. Es recomendable que contenga imágenes claras, mensajes cortos y positivos relacionados con los ejes de promoción del programa HEVS: actividad física, disminución de comportamientos sedentarios, alimentación saludable y espacios 100% libres de humo de tabaco.

Ejemplo de una estrategia IEC ámbito educativo:

Se hará de manera presencial y audiovisual.



Plan de evaluación

Ubicamos en este espacio cuál es el alcance de la estrategia y determinamos una metodología para verificar el logro del objetivo.

Ejemplo de una estrategia IEC ámbito educativo:

Hacer preguntas a los niños y niñas sobre la información recibida y la apropiación de la misma.



Tareas y plazos

Relacionamos las tareas previas que debemos realizar para desarrollar la estrategia IEC y asignamos una duración a cada una para su ejecución.

Ejemplo de una estrategia IEC ámbito educativo:

1. Lista de chequeo de materiales para elaboración de títeres y elementos adicionales para la puesta en escena.
2. Establecimiento de temas para el libreto de la presentación.
3. Definición de roles y responsables para el desarrollo de la puesta en escena.

Fuente. Adaptado de Lineamientos y Oportunidades de Mejora en el Desarrollo de la Acción de Gestores, Monitores y Líderes del Programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable, 2004. Pág. 106.